



**Картотека  
Дидактических игр  
по формированию  
основ здорового  
образа жизни у детей  
младшего дошкольного  
возраста**



Выполнила воспитатель:  
МАДОУ № 47  
«Дельфин» г. Мытищи  
Хачатрян Г.Г. 2021г.

*« Забота о здоровье - это важнейший  
труд воспитателя.*

*От жизнерадостности, бодрости  
детей зависит их духовная жизнь,  
мировоззрение, умственное развитие,  
прочность знаний, вера в свои силы»*

*В. А. Сухомлинский*

**Цель :** формирование у детей первоначальных знаний о здоровом образе жизни

**Задачи:**

1. Расширить представления детей о пользе витаминов и продуктов содержащих их.
2. Расширить у детей понимание о значимости гигиенических процедур.
3. Привить желание ребенка заботиться о своем здоровье.
4. Привить детям навыки личной гигиены.

# *УГАДАЙ НА ВКУС*

Задачи : уточнить названия фруктов, овощей, формировать умения определять их на вкус, называть и описывать.

Материал: тарелка с нарезанными овощами или фруктами

Ход игры: внести тарелку с нарезанными овощами или фруктами, предложить детям попробовать кусочек какого-то овоща или фрукта и ответить на вопросы:

«Что это ?» « Какой на вкус?» Рассказать о нем.



ЯБЛОКО



КЛУБНИКА



ЛИМОН



ГРАНАТ



СЛИВА



КИВИ



ВИШНЯ



АНАНАС



МАЛИНА



ГРУША



БАНАН



ВИНОГРАД



АПЕЛЬСИН



АРБУЗ



МАНДАРИН



КУКУРУЗА



ПОМИДОР



СВЕКЛА



КАБАЧОК



ТЫКВА



КАРТОФЕЛЬ



РЕДИС



КАПУСТА



ГРИБЫ



ОГУРЕЦ



БАКЛАЖАН



ЧЕСНОК



МОРКОВЬ



ЛУК



ПЕРЕЦ

## ***ВЫМОЕМ КУКЛУ***

Задачи: закреплять знания о предметах личной гигиены для мытья и умывания, последовательность действий, способствовать формированию привычки к опрятности.

Материал: различные предметы и предметы личной гигиены для мытья и умывания, куклы.

Ход игры: играют 2 человека. Сначала им предлагается из множества предметов выбрать те, которые «помогают» вымыть (умыть) куклу. А затем моют её. Выигрывает тот, кто правильно отберёт предметы личной гигиены и правильно последовательно вымоет



## ***ПОМОЖЕМ МОЙДОДЫРУ***

Задачи: уточнить представления детей о предметах личной гигиены, формировать навыки здорового образа жизни

Материал: картинки различных предметов, картинки с изображением предметов личной гигиены, картинки с грязным и чистым ребёнком, картинка Мойдодыра.

Ход игры: Мойдодыр велел Пете чисто вымыться, а Петя не знает, что ему для этого нужно . Надо помочь Пете и выбрать только картинки с изображением предметов, помогающих ухаживать за телом (лицом, зубами, волосами)



## ***ЧТО СНАЧАЛА, ЧТО ПОТОМ***

Задачи: Учить детей располагать картинки в порядке развития сюжета, пользуясь вспомогательным средством. Учить составлять небольшие рассказы.

Материал: серии сюжетных картинок по темам ЗОЖ

Ход игры: Детям предлагают несколько картинок, связанных одним сюжетом, разложить в порядке произошедших событий и составить по ним рассказ.

Например: мальчик лежит в постели, делает зарядку, умывается, вытирается полотенцем; девочка моет руки, обедает, играет с куклой

